PENERAPAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP SKALA DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 8 SURAKARTA

Regyna Della Ayu Pratiwi[1], Ika Silvitasari[2]

regynadella28@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenore merupakan nyeri menstruasi yang sering dialami remaja putri dan dapat menganggu aktivitas, konsen belajar, serta kualitas hidup. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah aromaterapi mawar yang memiliki efek analgesik dan relaksasi. **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil penerapan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar terhadap skala dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 8 Surakarta. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskriptif pre dan post pada dua remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Intervensi berupa pemberian lilin aromaterapi mawar 20% selama 60 menit, dilakukan tiga hari berturut-turut. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeral Rating Scale* (NRS) yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Hasil penerapan aromaterapi mawar menunjukkan terjadi penurunan skala nyeri pada kedua responden. Pada Nn.B skala nyeri menurun dari 5 (nyeri sedang) menjadi 0 (tidak nyeri), sedangkan pada Nn.F skala nyeri menurun dari 5 (nyeri sedang) menjadi 1 (nyeri ringan). **Kesimpulan:** Penerapan aromaterapi mawar terbukti efektif menurunkan skala dismenore pada remaja putri dan dapat dijadikan sebagai terapi komplementer nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri menstruasi.

Kata Kunci: Aromaterapi Mawar, Dismenore, Remaja Putri